

ことみのり保育園 献立表 2022.10.11-2022.10.22

	曜日	午前のおやつ	メニュー	午後のおやつ
10	月		祝日によりお休み	
11	火	ビスケット 牛乳	秋を通り越して冬みたいに冷え込んできたね。 温か〜いおうどんにかき揚げいっぱい！(鮭・エビ・イカ・人参・玉ねぎ) 高野豆腐の煮物	ポップコーン 牛乳
12	水	シリアル 牛乳	パリパリ皮のチキンソテー野菜添え 香ばしくカリッと焼き上げます(鶏もも肉・じゃがいも・しめじ・パセリ) マカロニサラダ(マカロニ・玉ねぎ・人参) スープ(青菜・人参・玉ねぎ) 無農薬米7分つき	かつお節のおにぎり(手作り) 牛乳
13	木	ビスケット 牛乳	秋のきのこが入ったハンバーグ 旨味がアップアップ！ハンバーグ(豚ミンチ・玉ねぎ・しめじ・えのき) 野菜ソテー(キャベツ・玉ねぎ・人参) 五目豆(大豆・人参・ごぼう・こんにゃく・ひじき) 味噌汁(わかめ・油揚げ・ネギ) 無農薬米7分つき	チーズサンド(手作り) 牛乳
14	金	シリアル 牛乳	プレミアム牛丼(黒毛和牛・しらたき・人参・ネギ・しめじ) じゃことわかめの酢の物 お澄まし(豆腐・青菜) 無農薬米7分つき	有機バナナ 牛乳
15	土	ビスケット お茶	Saturday メニュー 軽食メニュー ホットケーキまたはパン(いずれも国産小麦粉使用)と季節の有機ジャム その他無添加ソーセージ・卵・野菜のソテー等	ウェハース お茶
16	日			
17	月	シリアル 牛乳	鶏肉とちくわ、みんなどっちの磯部揚げが好き？(鶏肉・無添加ちくわ・海苔・青のり) 筑前煮(レンコン・ごぼう・人参・こんにゃく) お味噌汁(豆腐・揚げ・ネギ) 無農薬米7分つき	米ボン菓子 牛乳
18	火	ビスケット 牛乳	お魚の名前は、先生に聞いてね！旬の魚の煮つけ (調理法は当日の仕入れによって変更があるかもしれません) サツマイモの天ぷら マカロニサラダ ふわふわ卵のお澄まし(卵・わかめ・ネギ) 無農薬米7分つき	クラッカー 牛乳
19	水	シリアル 牛乳	ポークトマトシチュー(豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト缶) わかめのあっさり和え物(わかめ・青菜・キャベツ) スープ(玉ねぎ・キャベツ・人参) 無農薬米7分つき	シュガーラスク(手作り) 牛乳
20	木	ビスケット 牛乳	名古屋赤味噌でおでん風に(鶏肉・大根・里芋・こんにゃく・人参・豆腐) しらす和え(しらす干し・キャベツ) おすまし(青菜・きのこ) 無農薬米7分つき	バナナホットケーキ(手作り) 牛乳
21	金	シリアル 牛乳	魚のワイン蒸しをパスタにのせてちょっと大人の気分！(白魚・玉ねぎ・無添加ベーコン・牛乳) 鶏肉とキャベツ・人参のサラダ・オリーブオイル和え スープ(玉ねぎ・クルトン)	有機バナナ 牛乳
22	土	ビスケット お茶	Saturday メニュー 軽食メニュー ホットケーキまたはパン(いずれも国産小麦粉使用)と季節の有機ジャム その他無添加ソーセージ・卵・野菜のソテー等	小魚おやつ お茶

- 
- 基本的に調味料はオーガニックのものを使用（一部の中華調味料を除く）しています。
  - 野菜は有機栽培または無農薬野菜、豆腐は国産大豆のものを、だしはすべて鰹節からとったものを使用します。
  - 肉はミンチの場合は合挽きは使いません。国産三元豚や和牛をそれぞれミンチしたものを合わせて調理しています。
  - その他マカロニやパスタ等もオーガニックのものを調理しています。**\*お米は国産無農薬米を7分つきしたものを使用しています。**
  - 魚は国産の天然物を使用していますので、仕入れの関係で変更になることがあります。（季節によりサーモンは国産以外のものを使うことがあります。）  
\*表記変更点 2202.08.15
  - 青菜と明記されている場合はほうれん草・小松菜・春菊・チンゲン菜のいずれかになります。
  - 離乳食の食材は天然白身魚・鶏肉・豆腐・野菜（人参・かぼちゃ・ジャガイモ・大根・青菜）を使ったメニューとなります。
  - おやつに提供する牛乳は、成分無調整牛乳を提供します。
  - 土曜日の軽食メニューはホットケーキまたはパン(いずれも国産小麦粉使用)と季節の有機ジャムとなります。その他に無添加ソーセージ・卵・野菜のソテー等を添える時は登園時にお知らせします。